

Machen Sie wieder einmal das Kalb!

Lust auf ein zartes, schmackhaftes Cordon bleu aus Kalbfleisch? Damit sind Sie nicht allein. Die Zubereitung von Schweizer Kalbfleisch ist wahrlich keine Hexerei und macht Spass! Man braucht dazu nur einwandfreie Qualität und ein bisschen Erfahrung in der Küche.

Jean Kratzer ist Metzger. Aus Beruf. Aus Leidenschaft. Zusammen mit seiner Frau Renate führt er die Metzgerei in dritter Generation als unabhängigen Familienbetrieb. Der 54-jährige steht noch selbst an der Bank, berät die Kunden, gibt Kochtipps oder hilft, wenn es um Braten und Schmoren geht. Einen flotten Spruch auf den Lippen inklusive.

Wenn es aber um Kalbfleisch geht, wird der Profi todernst. «Kalbfleisch ist nicht nur ein Genuss, sondern auch relativ teuer. Das kommt nicht von ungefähr», erzählt Jean Kratzer. «Im Gegensatz zum Ausland werden unsere Kälber artgerecht aufgezogen, gefüttert und gehalten. Also nicht in Riesentrieben und wenn Sie so wollen, auch weniger industriell. Dass Gebäude- und Lohnkosten bei uns teurer sind als im Ausland, leuchtet jedem ein.»

Auch bei der Verarbeitung gibt es gewaltige Unterschiede. Jean Kratzer: «Die Metzger, welche eigene Betriebe führen, sind sehr gut ausgebildet. Unser Nachwuchs schafft es bei Wettbewerben regelmässig unter die Besten. Das wirkt sich auch auf die Behandlung des Fleisches aus. Kalbfleisch wird zum Beispiel besser pariert als im Ausland. Wir nehmen – auf Wunsch – nicht nur Fett weg, sondern auch eventuelle Sehnen und Häute. Auch dieser Service hat

seinen Preis.» Jean Kratzer kauft bei seinem schweizerischen Vertrauensbetrieb Fleisch ein («Schon mein Grossvater machte das»), allerdings schlachtet er nicht mehr selbst, sondern bezieht halbe Tiere, die er dann in seinem Betrieb weiter verarbeitet. «Metzger mögen im allgemeinen trockenes, kompaktes Fleisch. Wir lagern unsere Fleischstücke fachgerecht zwei bis drei Wochen, ehe sie in den Verkauf gelangen.»

Bei dieser Methode verliert Fleisch rund 2 Prozent täglich (!) an Flüssigkeit und Gewicht, was sich aber beim Kunden zu Hause auszahlt. Jean Kratzer: «Ein Kalbsschnitzel zieht sich in der Pfanne nicht zusammen und verändert auch seine Form nicht.» Der Fleischfachmann macht eine kleine Pause: «Sofern man das Fleisch richtig brät, natürlich.»

Schweizer Kalbfleisch wird unter idealen Bedingungen produziert und gelagert. Es bürgt nicht nur für eine konstant hohe Qualität, sondern auch für echten Genuss.

«In meinem Betrieb verkaufe ich mehr Kalbfleisch als andere Fleischsorten», meint Jean Kratzer. «Die Leute wissen, Schweizer Kalbfleisch ist zart, bekömmlich und mager. Aus Kalbfleisch kann man herrliche Gerichte zaubern und dies nicht nur à la minute. Ich zum Beispiel liebe alles, was in der Sauce schmort.»

Jean Kratzer, Metzgermeister aus Zollikerberg ZH: «Ich persönlich bevorzuge zartrosa Kalbfleisch!»



Ein Leckerbissen: Das klassische Cordon bleu

Für 4 Personen

4 Plätzli à ca. 125g, Kalbfleisch, vom Metzger zum Füllen schneiden und flach klopfen lassen, 1 TL Senf, 4 Tranchen Vorderschinken, 8 Scheiben Greyerzer à ca. 30g, ½ TL Salz, etwas schwarzer Pfeffer, 50g Mehl, 1 Ei, verklopft, 100g Paniermehl, Bratbutter oder Öl zum Braten, 1 unbehandelte Zitrone,

in Scheiben geschnitten, wenig glatte Petersilie zum Garnieren

1 Die Plätzli innen mit Senf bestreichen, mit Schinken und Käse belegen und zusammenklappen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2 Mehl, Ei und Paniermehl auf je einen flachen Teller geben.

3 Die Plätzli zuerst im Mehl, dann im Ei und zuletzt im Paniermehl wenden. Wich-

tig: Die Panade dabei gut andrücken.

4 Die Cordon bleu in reichlich heisser Bratbutter leicht schwimmend bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 5 Minuten braten. Anrichten, mit einer Scheibe Zitrone und Petersilie garnieren und sofort servieren.

Tipp: Wer will, kann die Cordon bleu nach dem Braten kurz auf Haushaltspapier abtropfen lassen.



ALLES ÜBERS KALB

Schweizer Kalbfleisch: Das sollten Sie wissen!

Das Kalb ist ein Herdentier. In der Schweiz dürfen Mastkälber deshalb ausschliesslich in Gruppen gehalten werden, Wasser und Raufutter stehen immer zur Verfügung. Im Tierschutzgesetz und in der Tierchutzverordnung sind die Vorschriften zur Haltung und Fütterung klar geregelt und deren Einhaltung wird kontrolliert.

Seit dem Inkrafttreten der neuen Tierschutzverordnung ist eine wiederkäuergerechte Fütterung der Kälber auch gesetzlich geregelt. Indem die Kälber neben Milch auch Raufutter wie Heu oder Maiswürfel erhalten, sind die robuster und weniger krankheitsanfällig, wodurch der Medikamenteneinsatz reduziert werden kann. Das eisenhaltige Raufutter färbt das Fleisch jedoch rosa bis rötlich. Mastkälber nehmen in der Schweiz eine wichtige Scharnierfunktion zwischen der Milch- und der Fleischwirtschaft ein. Denn damit Kühe Milch geben können, müssen sie jährlich ein Kalb gebären. Aber nur 40 Prozent dieser Jungtiere eignen sich für die Nachzucht, aller anderen werden in die Fleischproduktion überführt.

Kalbfleisch ist zart, saftig und gut bekömmlich, weil es wenig Bindegewebe und Fett enthält. Es ist ein idealer Bestandteil einer ausgewogenen, leichten Ernährung.

Kalbfleisch beinhaltet wichtige Nährstoffe wie Eiweiss, Vitamine der B-Gruppe, Eisen, Zink, Selen, Magnesium, Kalium und Phosphor sowie in Leber, Nieren und Milken das Vitamin A. Einheimisches Kalbfleisch hebt sich klar von demjenigen im Ausland ab dank seiner Produktionsweise, dem strengeren Tierschutz und der Transparenz. Schweizer Kalbfleisch lässt sich bis zu den Erzeugerbetrieben zurückverfolgen.